



Hi, das hier ist meine persönliche Zusammenstellung von praktischen Erinnerungen aus dem Kurs*. Ich habe sie als PDF auf meinem Smartphone, damit ich sie jederzeit zur Hand habe und mich an den Inneren Lehrer und Freund erinnern kann. ...egal, in welcher Situation in glaube, zu stecken. Hier teile ich es gerne mit dir, damit du es für dich nutzen kannst. Vielleicht bist du auch inspiriert, deine eigene Sammlung von hilfreichen Zitaten für dich selbst zusammenzustellen.

GOTTES Gastgeber, SEIN Plan:

*Ich, der ich GOTTES Gastgeber bin, bin SEINER würdig.
ER, DER SEINE Wohnstatt in mir errichtet hat, hat sie so erschaffen,
wie ER sie haben möchte.
Es ist nicht nötig, dass ich sie für IHN bereitmache, sondern nur,
dass ich SEINEN Plan nicht störe, mein eigenes Gewährsein
meiner Bereitwilligkeit, die ewig ist, bei mir wiederherzustellen.
Ich brauche SEINEM Plan nichts beizufügen.
Aber um ihn zu empfangen, muss ich bereit sein, ihn nicht durch
meinem eigenen zu ersetzen.*

Ich gebe dich dem HEILIGEN GEIST als Teil von mir:

Dies ist die Zeit, in der schon bald ein neues Jahr geboren wird aus CHRISTI Zeit. Ich habe vollkommenes Vertrauen in dich, dass du alles tust, was du vollbringen möchtest. Es wird an nichts mangeln, und du wirst vollständig machen und nicht zerstören. Sag also deinem Bruder:

*Ich gebe dich dem HEILIGEN GEIST als Teil von mir.
Ich weiß, dass du befreit wirst, wenn ich dich nicht dazu benutzen will, um mich selber zum
Gefangenen zu machen.
Im Namen meiner Freiheit wähle ich deine Befreiung, weil ich begreife, dass wir gemeinsam
befreit werden.*

Jesus möchte, dass ich vor Allem diese Lektion lerne:

*Es gibt keinen Tod, weil der SOHN GOTTES wie sein Vater ist. Nichts, was du tun
kannst, kann die EWIGE LIEBE ändern. Vergiss deine Träume von Sünde und von
Schuld, und komm stattdessen mit mir, um die Auferstehung von GOTTES SOHN mit
IHM zu teilen. Und bring all diejenigen mit dir, die er dir sandte, damit du für sie
sorgest, so wie ich für dich Sorge.*



Ich muss mich falsch entschieden haben:

*Ich muss mich falsch entschieden haben, weil ich nicht in Frieden bin.
Ich habe die Entscheidung selbst getroffen,
kann mich aber auch anders entscheiden.
Ich will mich anders entscheiden, weil ich in Frieden sein will.
Ich fühle mich nicht schuldig, weil der HEILIGE GEIST alle Folgen
meiner Fehlentscheidungen aufheben wird, wenn ich IHN nur lasse.
Ich beschließe, IHN das tun zu lassen, indem ich IHM gestatte,
für mich die Entscheidung für GOTT zu treffen.*

Angst und SÜHNE:

Erkenne zuerst, dass dies Angst ist.
Angst entsteht aus einem Mangel an Liebe.
Das einzige Heilmittel für einen Mangel an Liebe
ist die vollkommene Liebe.
Vollkommene Liebe ist die SÜHNE.
Ich will die SÜHNE, die vollkommene LIEBE, für mich akzeptieren.

Nimm dies von mir/kein Hindernis vor dem Frieden:

*Nimm dies von mir, betrachte es und beurteile es für mich.
Lass es mich nicht als Zeichen der Sünde und des Todes sehen noch
zur Zerstörung nutzen.
Lehre mich, wie ich daraus kein Hindernis für den Frieden mache,
sondern es DICH für mich nutzen lasse, um SEIN Kommen zu erleichtern.*

Ich weiß nicht, welches ein Ding ich bin:

Es gibt keine Aussage, die die Welt mehr zu hören fürchtet, als diese:

*Ich weiß nicht, welches ein Ding ich bin, und deshalb erkenne ich
nicht, was ich tue, wo ich bin oder wie ich auf die Welt oder auf
mich schauen soll.*

Doch in diesem Lernen wird die Erlösung geboren. Und WAS du bist, wird dir von SICH berichten.

Was bin ich?

*Ich bin GOTTES SOHN, vollständig und geheilt und ganz, leuchtend in der Widerspiegelung SEINER
LIEBE. In mir wird SEINE Schöpfung geheiligt und ihr ewiges Leben garantiert. In mir ist die Liebe
vollkommen, die Angst unmöglich und die Freude ohne Gegenteil begründet worden. Ich bin das heilige
Zuhause von GOTT SELBST. Ich bin der HIMMEL, in dem SEINE LIEBE wohnt. Ich bin SEINE heilige
SÜNDENLOSIGKEIT SELBST, denn in meiner Reinheit wohnt SEINE EIGENE.*

Verantwortung für das Sehen:

Das ist das einzige, was du dafür zu tun brauchst, damit dir Schau, Glück, Befreiung von Schmerz und das vollständige Entrinnen aus der Sünde gegeben werden. Sage nur dies, aber meine es ohne Vorbehalt, denn hierin liegt die Macht des Heils:

*Ich **bin** verantwortlich für das, was ich sehe.
Ich wähle die Gefühle, die ich erfahre,
und ich entscheide mich für das Ziel, das ich erreichen möchte.
Ich bitte um alles, was mir zu widerfahren scheint,
und ich empfangen, wie ich gebeten habe.*

Gib dich nicht länger der Täuschung hin, dass du hilflos bist angesichts dessen, was dir angetan wird. Erkenne nur an, dass du dich geirrt hast, und alle Wirkungen deiner Irrtümer werden verschwinden.

Wahrhaft hilfreich sein:

Du kannst viel für deine Heilung und die Anderer tun, wenn du in einer Situation, die Hilfe erfordert, folgendermaßen denkst:

*Ich bin nur hier, um wahrhaft hilfreich zu sein.
Ich bin hier, um IHN zu vertreten, DER mich gesandt hat.
Ich brauche mich nicht zu sorgen, was ich sagen oder tun soll,
denn ER, DER mich gesandt hat, wird mich führen.
Ich bin zufrieden, dort zu sein, wo immer ER es wünscht,
in der Erkenntnis, dass ER mit mir dorthin geht.
Ich werde geheilt, indem ich mich von IHM lehren lasse, wie man heilt.*

Helen's Lieblingsgebet / Die Kurs-Version des Das Vater Unser:

Vergib uns unsere Illusionen, VATER, und hilf uns, unsere wahre Beziehung zu DIR zu akzeptieren, in der keine Illusionen sind und in die keine je eindringen können. Unsere Heiligkeit ist die DEINE. Was kann in uns sein, das Vergebung braucht, wenn die DEINE vollkommen ist? Der Schlaf des Vergessens ist nur der Unwille, uns an DEINE Vergebung und DEINE LIEBE zu erinnern. Lass uns nicht in Versuchung geraten, denn die Versuchung des SOHNES GOTTES ist nicht DEIN WILLE. Und lass uns nur das empfangen, was DU gegeben hast, und nur das in unseren Geist annehmen, was Du erschaffen hast und was DU liebst. Amen.

Psalm 23 – Der HERR ist mein Hirte:

Der HERR ist mein Hirte; mir wird nichts mangeln. ²Er weidet mich auf grüner Aue und führet mich zum frischen Wasser. ³Er erquicket meine Seele; er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen. ⁴Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und dein Stab trösten mich. ⁵Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein. ⁶Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des HERRN immerdar.

Der Neubeginn – Entscheidungsregeln, Schritte:

Bedenke (...), welche Art von Tag du haben möchtest, und sage dir, dass eine Möglichkeit besteht, dank welcher dieser Tag gerade so verlaufen kann. Und dann versuche, den Tag zu haben, den du haben willst.

(1) Der Ausgangspunkt ist der:

Heute will ich keine Entscheidungen selber treffen

Das heißt, dass du beschließt, nicht Richter über das zu sein, was du tun sollst. Doch muss das auch bedeuten, dass du nicht über die Situationen urteilst, in denen eine Reaktion von dir gefordert wird. Denn wenn du sie beurteilst, setzt du die Regeln fest, nach denen du zu reagieren hast. Und dann kann eine andere Antwort nur Verwirrung stiften und Ungewissheit sowie Angst erzeugen. (...)

(2) Sage dir tagsüber - immer, wenn du daran denkst und einen Augenblick der Ruhe zur Besinnung hast - noch einmal, welche Art von Tag du haben willst, welche Gefühle du empfinden möchtest, was dir geschehen soll und welche Dinge du erfahren möchtest, und sage:

Wenn ich keine Entscheidung selber treffe, ist dies der Tag, der mir zuteil wird.

(3) Wenn ich bereit geurteilt habe und meinen Geist zurechtrücken muss. ∞ Du kannst sicher sein, dass dies geschehen ist, wenn du dich nicht bereit fühlst, abzuwarten und darum zu bitten, dass die Antwort dir gegeben werde. ∞

Erinnere dich nochmals an den Tag, wie du ihn haben willst, und werde dir darüber klar, dass etwas vorgefallen ist, das nicht Teil von ihm ist. Werde dir dann klar darüber, dass du von dir aus eine Frage formuliert hast und eine Antwort nach eigenem Ermessen vorgegeben haben musst. Sage darauf:

Ich habe keine Frage. Ich habe vergessen, was ich entscheiden soll.

Das löscht die Vorgaben, die du gemacht hast, aus und lässt zu, dass dir die Antwort zeigt, wie die Frage wirklich hätte lauten sollen.

Versuche, dieser Regel ohne Zögern nachzukommen, trotz deines Widerstandes.

(4) Wenn du so unwillig bist, zu empfangen, dass du noch nicht einmal von deiner Frage lassen kannst, dann kannst du mit dem Folgenden beginnen, dich anders zu besinnen:

Wenigstens kann ich entscheiden, dass ich nicht mag, was ich gerade jetzt empfinde.

Soviel steht fest, und damit wird der Weg geebnet für den nächsten leichten Schritt.

(5) Wenn du entschieden hast, dass du nicht magst, wie du dich fühlst, was könnte leichter sein, als dann so fortzufahren:

Und ich hoffe deshalb, dass ich unrecht hatte.



(...) Bis dieser Punkt erreicht ist, wirst du glauben, dass dein Glück davon abhängt, recht zu haben. Doch soviel Vernunft hast du jetzt erlangt: Du wärest besser dran, wenn du im Unrecht wärest.

(6) Du wirst nicht gezwungen, vielmehr hoffst du, etwas zu bekommen, das du willst. Und du kannst völlig ehrlich sagen:

Ich möchte dies auf andere Weise sehen.

(7) Dieser letzte Schritt ist lediglich die Anerkennung, dass du keinen Widerstand dagegen leistest, Hilfe anzunehmen. Er ist die Aussage eines offenen Geistes, der noch nicht sicher, aber Willens ist, dass ihm der Weg gezeigt wird:

*Vielleicht gibt es eine andere Weise, dies anzusehen.
Was kann ich dabei verlieren, wenn ich frage?*

So kannst du nun eine sinnvolle Frage stellen, und damit wird die Antwort gleichfalls Sinn ergeben. Du wirst auch nicht gegen sie kämpfen, denn du siehst, dass du derjenige bist, dem durch sie geholfen wird.

Das Geheimnis der Erlösung (T27-VIII Der Held des Traums)

10. Das Geheimnis der Erlösung ist nur dies: Dass du dir dieses selber antust. Der Form des Angriffs völlig ungeachtet ist dies dennoch wahr. Wer immer auch die Rolle von Feind und von Angreifer übernimmt, dies ist trotzdem die Wahrheit. Was immer auch die Ursache von irgendeinem Schmerz und Leiden, das du verspürst, zu sein scheint, dies ist dennoch wahr. Denn du wurdest gar nicht auf Figuren reagieren in einem Traum, von dem du wusstest, dass du ihn träumst. Lass sie so hasserfüllt und so böse sein, wie sie nur wollen, sie könnten keine Wirkung auf dich haben, es sei denn, du versäumtest zu begreifen, dass, es dein Traum ist.

11. Ist diese einzige Lektion gelernt, so wird sie dich befreien von dem Leiden, welche Form es immer annimmt. Der HEILIGE GEIST wird diese eine umfassende Lektion der Befreiung so lange wiederholen, bis sie gelernt ist, der Form des Leidens ungeachtet, das dir Schmerz bringt. Ganz gleich, welche Verletzung du IHM überbringst, ER wird mit dieser äußerst simplen Wahrheit Antwort darauf geben. Denn diese eine Antwort tilgt die Ursache für jede Form von Kummer und von Schmerz. Die Form beeinflusst SEINE Antwort überhaupt nicht, denn ER möchte dich nur die einzige Ursache von ihnen allen lehren, egal, was ihre Form ist. Und du wirst verstehen, dass Wunder die einfache Feststellung widerspiegeln: »Ich habe dies getan, und ebendies möchte ich aufheben.«

12. So bring denn alle Formen von Leiden zu IHM, DER erkennt, dass eine jede wie die übrigen ist. ER sieht keine Unterschiede, wo keine existieren, und ER wird dich lehren, wie jede verursacht wird. Keine hat eine andere Ursache als alle übrigen, und alle werden sie ganz leicht durch eine einzige Lektion, die wahrhaft gelernt ist, aufgehoben. Die Erlösung ist ein Geheimnis, das du nur dir selber vorenthalten hast. Das Universum verkündet es. Doch seinen Zeugen schenkst du keinerlei Beachtung. Denn sie bezeugen das, was du nicht erkennen willst. Sie scheinen es vor dir geheim zu halten. Doch brauchst du nur zu lernen, dass du beschlossen hattest, nicht hinzuhören und nicht zu sehen.

* Ein Kurs in Wundern ist im Greuthof Verlag erschienen.